

Estrategias para Mejorar la Conducta y Cooperación de tus Hijos en Casa

Serie de Alcance Virtual de DDBP: Apoyando Familias durante COVID-19

Amber Massa, PsyD

Postdoctorado en Psicología

División de Pediatría de Desarrollo y Comportamiento

Objetivos



- Entender los factores contribuyendo a conductas desafiantes.
- Entender y aprender estrategias para aumentar la conformidad al dar instrucciones.
- Entender y aprender estrategias para aumentar la conformidad durante transiciones.

Comformidad

Siguiendo y cooperando con instrucciones.

Fundamentos de Conformidad

Dormir



Ejercicio



Rutina

Bedtime routine

2018-07-11a



Eat snack



Clean up



Get clothes



Brush teeth



Use toilet



Take bath



Read books



Snuggle & sleep

Otros Factores que Impactan la Conformidad

- Falta de atención
- Distracciones
- Factores biológicos: hambre, enfermedad
- ***Actividades no preferibles***



Modelo de Conducta ACC

**Conductas desafiantes a menudo resultan de
comportamientos APRENDIDOS**

A

Antecedente

C

Conducta

C

Consecuencia

Las cosas que influyen la conducta ocurren antes y después de la conducta desafiante.

Modelo de Conducta ACC

Fecha y Hora	Antecedente (Lo que ocurre antes de la conducta desafiante)	Conducta (Describe la conducta desafiante o problemática)	Consecuencias (Lo que ocurrió durante y después de la conducta problemática)	Función de la Conducta (Atención, Adquirir Objeto, Escapar, Razón Médica)
2/19/20 5:45pm	Le pedí a Johnny que recogiera sus juguetes antes de la cena.	Se tiró al piso y gritó por 6 minutos.	Yo recogí los juguetes por él. (¡No hagas esto!)	Escapar

Pasos para Enseñar Conformidad

Enséñale un nuevo hábito/comportamiento
Y cumpla con tus instrucciones

Pasos para Enseñar Conformidad

- Paso 1:
 - Aproxímese a su hijo y párese cerca de él/ella.
 - Asegúrese de que tengas la atención de tu hijo al llamar su nombre; esto puede hacerlo al tocarlo por los hombros o pidiéndole que te mire

Pasos para Enseñar Conformidad

- Paso 2:
 - Dale la instrucción.
 - Ten cuidado de no *preguntarle* a tu hijo ya que le estas dando una orden, no ofreciéndole que elija si va a seguir la instrucción o no.
 - Ejemplo: “Johnny, ¿podrías recoger tus juguetes? Y Johnny te contesta “no.”
 - Da la orden de manera clara para que tu hijo sepa exactamente lo que él/ella tiene que hacer.
 - Ejemplo: “Johnny, por favor recoge tus dinosaurios en tu cuarto.”

Pasos para Enseñar Conformidad



- Paso 3:
 - Guía físicamente a tu hijo a que complete la orden mientras le estas dando la orden.
 - Siempre use la cantidad mínima de contacto físico para que la orden sea completada.
 - Tan pronto su hijo empiece a cumplir con la orden, puede limitar guiarlo físicamente.

Pasos para Enseñar Conformidad



- Paso 4:
 - Mientras su hijo está cumpliendo con la orden, inmediatamente provea elogios; dile exactamente lo que él/ella está haciendo que te apetece.
 - Provea elogios aunque su hijo haya seguido instrucciones solamente porque lo guiaste físicamente.
 - Meta: Enseñarle a su hijo que seguir instrucciones resulta en reforzamientos inmediatos.

Pasos para Enseñar Conformidad

- Empiece al dar órdenes pequeñas o fácil de hacer; gradualmente puede aumentar las demandas.
- Evite que su hijo se escape de una situación debido a una conducta problemática.
 - **¡Evite usar “time-out” o tiempo fuera de la situación que su hijo esta tratando de escapar!**
- Use órdenes “primero-después.”
- Enséñele estrategias de acoplamiento que pueda usar durante situaciones que no puede evitar.

[Ejemplo](#) (hasta 1:38)

Reforzamiento



Podemos usar los principios de reforzamiento para mejorar la conformidad de su hijo

- Reforzamientos le aplica a todo el mundo, todos los días
 - Cheque del trabajo
 - Elogios de parte de otras personas
 - Comida, bebidas
 - Juguetes, actividades, monedas, libros, videos
 - Descansos
 - **Elogios verbales, atención de parte de otros**

Los reforzamientos necesitan ser tan importantes o tan especial para tus hijos para que ellos estén dispuestos a TRABAJAR por recibirlos.

Usando Elogios como Reforzamiento

Los elogios combinan la atención con declaraciones verbales y positivas

- Fortalece comportamientos favorables
- Sube el autoestima
- Promueve y fortalece la relación entre el padre y el niño
- Promueve un ambiente más positivo

Provea elogio por cada 10 comportamientos favorables

Usando Elogios como Reforzamiento

Elogios Descriptivos

- “Hiciste bien al apuntar a la manzana con tu dedo.”
- “Es estupendo que hayas dicho tu nombre.”
- “Me orgullece que hayas recogido tus Legos.”

Elogios No Descriptivos

- “Muy bien”
- “Estupendo”
- “Estoy orgullosa de ti”

Usando Apoyos Conductuales Positivos para “Parar” un Comportamiento

- A menudo los padres le dicen a sus niños que **NO** se debe hacer.
- Los niños no comprenden estas órdenes si no entienden que es lo que sí deben hacer.
 - Ejemplo: “Para de correr.” En cambio, di: “Camina, por favor.”
- Si quieres parar un comportamiento, usa esta situación para practicar “apoyos conductuales positivos.”

Enseñando Apoyos Conductuales Positivos para Transiciones

Aumente la previsibilidad del horario o la rutina

- Use horarios visuales.
- Anticipe la necesidad de descansos.
- Prepárese para cambios en la rutina/transiciones.

Defina reglas y expectativas

- Establezca reglas y expectativas desde el comienzo.
- Publique las reglas usando un apoyo visual.
- Cumpla con sus instrucciones – se consistente.



Enseñando Apoyos Conductuales Positivos para Transiciones

Planifique transiciones para cuando se termine la actividad preferible del niño

- Usa un horario para señalar que viene una transición.
- Usa un temporizador visual.

Ofrezca opciones

- Deje que el niño escoja la orden de actividades.
- Use “primero-después.”

Modifique las tareas o la duración de la tarea

- Alterna tareas fáciles con tareas más difíciles.
- Corte la duración de la tarea cuando sea posible.

Uso de Apoyos Visuales

<https://www.timetimer.com/>

Provee EXPECTATIVAS sobre:

- La DURACION de la actividad
- El FINAL de la actividad
- Advertencia de TRANSICION



**Children's Countdown App

(Espera)

Wait

(Listo)

Ready



Uso de Apoyos Visuales

Aumenta la previsibilidad y comprensión

Los apoyos visuales aumentan la comprensión y previsibilidad de actividades



“Primero” tu hijo hace lo que tú quieres,
“después” tu hijo hace lo que él/ella quiere.



Puntos Finales

¡Gracias!

10 – 15 minutos para contestar preguntas

Por favor complete el cuestionario de esta sesión.

¿Tiene preguntas adicionales o necesita más recursos?

DDBPFamilySupport@cchmc.org